

# 献立予定表

令和7年 1月 つるがしま白百合幼稚園

日 (曜日)	朝おやつ (0~2歳児)	主食	給食	材料	午後おやつ	材料
4 (土) 18 (土)	せんべい	麺	肉汁うどん おさつバター オレンジゼリー 牛乳	うどん 豚肉 人参 葱 油揚げ 椎茸 さつまいも バター ルゥズ ユース 寒天 牛乳	ぼうしパン 麦茶	バターロール 薄力粉 卵 バター
6 (月) 20 (月)	せんべい	ごはん	赤魚竜田揚げ 炒り豆腐 里芋の味噌汁 牛乳	赤魚 豆腐 玉葱 鶏肉 人参 椎茸 里芋 玉葱 油揚げ 牛乳	カレーまん 麦茶	薄力粉 肉団子 (鶏肉 玉葱)
7 (火) 23 (木)	ビスケット	ごはん	松風焼き ひじきの煮物 のっぺい汁 牛乳	鶏肉 豆腐 玉葱 卵 パン粉 ごま ひじき 人参 蒟蒻 蓮根 さつまいも揚げ 大根 人参 里芋 豚肉 なめこ 葱 油揚げ 牛乳	スラッピージョー 麦茶	バターロール 豚肉 玉葱
8 (水) 22 (火)	せんべい	パン	ウインナー ジャーマンポテト 大根ポターージュ 牛乳	ウインナー じゃが芋 玉葱 バター コーン ピーマン 大根 玉葱 牛乳 牛乳	鶏ごぼうごはん 麦茶	ごはん 牛蒡 鶏肉 人参 舞茸 油揚げ
9 (木) 28 (火)	クッキー	ごはん	中華風卵焼き ビーフンソテー えのきとキャベツのスープ 牛乳	卵 人参 筍 鶏肉 椎茸 ごま油 ねぎ ピーマン 人参 玉葱 豚肉 ピーマン キャベツ ウインナー えのき茸 牛乳	芋入り水ようかん 麦茶	こしあん さつまいも 寒天
11 (土) 25 (土)	せんべい	パン	グリルチキン さつまいもサラダ コーンスープ 牛乳	鶏肉 さつまいも 胡瓜 人参 卵 マヨネーズ 牛乳 コーン コーンブ素 牛乳	アップルパイ 麦茶	パイ りんご
14 (火) 27 (月)	せんべい	ごはん	鶏肉塩麴唐揚げ 里芋とさつまいも揚げの煮物 豆腐の味噌汁 牛乳	鶏肉 塩麴 里芋 人参 さつまいも揚げ 蒟蒻 椎茸 イグサ 豆腐 玉葱 わかめ 牛乳	ごまマフィン 麦茶	ホットケーキミックス ごま バター 卵
15 (水) 29 (水)	ビスケット	ごはん	豚肉のしょうが炒め ほうれん草の和え物 大根の味噌汁 牛乳	豚肉 玉葱 ほうれん草 人参 卵 ごま 大根 油揚げ 牛乳	きな粉トースト 麦茶	食パン きな粉 バター
16 (木) 30 (木)	せんべい	ごはん	チキンカレー 白菜の甘酢和え みかん 牛乳	じゃが芋 鶏肉 玉葱 人参 グリンピース カレー粉 白菜 人参 削り節 みかん 牛乳	肉味噌パスタ 麦茶	スパゲティ 豚肉 玉葱 人参 しめじ
21 (火) 31 (金)	せんべい	ごはん	はんぺんフライ 鶏大根 さつまいも汁 牛乳	はんぺん パン粉 大根 人参 鶏肉 イグサ さつまいも 牛蒡 人参 しめじ 油揚げ 葱 牛乳	甘辛ポテト 麦茶	じゃが芋
17 (金)	せんべい	麺	わかめうどん 揚げしゅうまい 和風ツナサラダ 牛乳	うどん 油揚げ わかめ 葱 しゅうまい(鶏肉 玉葱) キャベツ 胡瓜 人参 卵 コーン 削り節 マヨネーズ 牛乳	いも餅 麦茶	じゃが芋
10 (金)	せんべい	お誕生会メニュー		鶏肉 玉葱 人参/豚肉 玉葱 豆腐 パン粉 キャベツ 胡瓜 人参 ツナ レモン果汁 じゃが芋 玉葱 コーン ウインナー カレー粉 牛乳	ジャムケーキ 麦茶	ホットケーキミックス 卵 ヨーグルト ジャム バター
24 (金)	ビスケット	お弁当の日			フルーツポンチ 麦茶	かびん 寒天 みかん缶 パイ缶

## ～お誕生会メニュー～

- ★ケチャップライス
- ★メンチカツ
- ★フレンチサラダ
- ★カレー風味スープ
- ★牛乳

※都合により、多少献立を変更する場合があります。ご了承ください。

今月の平均栄養摂取量	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)
3歳未満児	407	14.8
3歳以上児(昼食のみ)	370	15.7
3歳以上児(昼食+午後おやつ)	479	18.1